



考程过半,请用平常心应对

今天迎来高考第三天,考程过半,考生们顺利拿下语文、数学和外语三门考试,离胜利更近了一步!

经历了前两天的战役,相信大多数考生和家长会更从容、淡定,但仍有部分考生会产生一些心理落差,但此时更要调整好心态。高考是一场战胜自我、发现自我的成人礼,同时也要与诸多同龄人同台竞

技。这个过程中,战胜焦虑必然是考生要面对的“首要大敌”。有道是,“人最难打败的是自己,人最难挑战的是自己”。换言之,高考是一场“寒窗十年”的终极赛马,要在长年累月知识储备的基础上,尽展才华、用情书写,让青春成长的硕果在高考战场上得到绽放,收获人生的真谛。

结束一门考试后,要及时把它抛

在脑后,马上开始准备下一门考试。过度纠结于上一科的结果,会影响到心态、情绪和休息,进而影响到下一科的考试。

此外,家长也需保持一颗平常心。在和孩子交流时,可以分享一些近期发生的趣事,制造轻松的氛围;送孩子出门时,可以拍拍他的肩膀,给他一个轻轻的拥抱,简单

的互动也会起到安定孩子内心的作用。

高考还在继续,希望所有的考生和家长都能保持平常心,沉着、沉稳地应对,相信大家都可取得令自己满意的好成绩。

请记住——

这一关只是人生中的一站,未来迎接你们的将是星辰大海。

考点外,他们守护学生最后一程

送考老师来回奔波于多个考场,还在考试间隙为学生进行心理疏导

文/片 齐鲁晚报·齐鲁壹点
记者 巩悦悦

一句“高考加油” 说不说有讲究

6月8日下午两点,在山东省济钢高级中学考点外,赵修明正忙着和即将步入考点的学生们拥抱、击掌。送考第二天,班里的学生状态非常好,这让他很高兴。

“考生主动和你打招呼,说明他们考得非常满意。”赵修明是高三(10)班的班主任,他向记者介绍,考完试,不少学生主动找他交流,这时候要话里话外给学生信心。“比如昨天的数学考试比较简单,有学生就说‘老班,这是我考得最满意的一次’。我回应他:这是你应得的分,你的水平本来就很高。”

一旦发现学生在谈论哪一道题答得不好,赵修明就赶紧话锋一转,催促学生放下一切,赶快投入下一门科目的备考之中。

“该做什么,不该做什么,我们也都非常注意。”赵修明介绍,比如一句简单的“考试加油”,也要分场合、分不同的学生去说。“如果学生默不作声、并且离你比较远,那就不用喊他,默默向他做个加油的手势就可以了。”

考生懊恼没发挥好 家长向老师求助

“考试前,我会在必经的专用通道给孩子们加油鼓劲。”范佳是山东省实验中学的一位班主任老师,她向记者介绍,在给孩子加油的时候有很多讲究:有孩子见到老师很激动,会主动上前拥抱;对于相对淡定的小孩,可以拍一拍他的肩或者击个掌;对于非常内向的孩子,她就主动要求“老师抱抱你”,但无论怎样做,每个孩子都能感受得到这份力量。

陪考过程中,老师们还担负着思想引领和情绪疏导工作。有时会遇到考生因发挥不理想,解不开心结的情况。高考第一天,范佳就帮两个学生做了思想工作。

有位考生数学没发挥好,有些不会的题目刚出考场就恍然大悟,因此特别懊恼。从一出考场,家长就开始劝孩子,但直到晚上八点都没有劝好。无奈之下,考生家长只得与范佳联系。

6月8日是2021年全国高考的第二天。无论是高考首日的语文、数学,还是第二天的外语笔试,都引起了社会各界的广泛关注。

考场外,人们见到最多的是陪考家长。烈日下的他们“全副武装”,只为等待孩子们冲出考场时的喜悦笑脸。而作为考生的班主任、任课老师,人丛中虽然少见他们的身影,但这支力量也在悄无声息地陪伴和帮助着自己的学生。



山东省济钢高级中学考点,送考老师赵修明给学生送上一个拥抱。



省实验中学范佳老师在专用通道给孩子加油。



济南一中送考老师张乐与高考生握手。

“

“我开导这个孩子,事情也没有你想象中那么糟啊。别人谈论考题简单,但实际上也并不尽然,后面更应该打起精神来越战越勇。”6月8日的英语考试之前,范佳在见到这位考生后特意多和他说了几句话,“我问他情绪好了吗,他说‘没问题了老师,你放心吧’。”

另一名考生特别紧张,和她妈妈说忘涂答题卡了。“在这种情况下,不管学生涂没涂,都要安慰她肯定涂了。”得知情况后,范佳安慰

这个学生:“你可能太紧张了,把平时必做的环节忽略了,正常考试结束前15分钟会有提醒,你可能因为太紧张就忘记涂了。”

学生考点不在一处 班主任折返跑送祝福

新高考形势下,“6选3”考试的排列组合发生了不少变化。正因如此,送考老师会被安排到不同考点,以帮助学生处理突发情况。

“昨天在济南一中考点,一名学生在考试之前摔倒腿了。”济南一中高三年级主任王正介绍,根据规定,高考生应自行进入考点,但因为这名学生身体情况特殊,在征得考点工作人员允许的情况下,由送考老师搀扶学生走进了考点。

除了处理这种突发问题,送考老师还担负着帮助学生答疑的重任。王正告诉记者:“几乎每一名学生在考试完之后都要见一下任课老师。我们要求送考老师在开考前一小时到达考点,考试结束后五分钟就位,等孩子们全部走出考场后再离开。”

“我们需要跑两个考点甚至三个考点。”范佳介绍,她们班总共48个学生,其中45个都在山东省实验中学考点,只有3个在济南三中(领秀城校区),“我昨天来回跑了两趟,准备明天考政治再过去一趟。”

根据相关要求,高考期间,送考老师被统一安排在了等候室,看似轻松,但实际上他们甚至要比高考中的孩子更为辛苦。

有些家长因为过度紧张,不知该如何与孩子交流。每当这时候,赵修明会建议家长先和自己沟通,再说给孩子听。“高中三年时间,老师和家长都比较熟悉了,有什么话都可以敞开说。有时候老师一句话,家长心里就稳住了,就不再紧张了。”

□相关新闻
齐鲁晚报·齐鲁壹点
记者 巩悦悦

根据山东新高考统一考试安排,高考第三天将进行“6选3”学业水平等级考试。具体到6月9日,上午8:00—9:30考物理,11:00—12:30考思想政治,15:30—17:00考化学。

相比前两天的全国统一考试,对山东考生来说,高考第三天和第四天存在考场变动情况,考生应提前30分钟抵达考点,务必注意考场安排,不要走错考场耽误考试。

齐鲁晚报·齐鲁壹点
记者 李楠楠

记者从莱山一中获悉,为了保障考生顺利应考,学校为600余名考生提供高考四天“免费营养餐”,按每生每天30元标准制作,助力考生以更好的状态迎接这次人生大考。

据介绍,为保证学生吃得营养、吃得健康,学校食堂已连续七年为考生提供免费营养餐。学校党委提前部署,全面调度,精心设计、科学搭配每一份食谱,为高考学子保驾护航。

学校食堂严把“验货关、存贮关、操作关、洗消关”,从食材清洗、切配、烹饪到留样,一粥一饭、一菜一汤均用心准备,以最饱满的热情、最强烈的责任心烹饪好每一道菜品,确保全校600余名考生就餐安全。

今日进行学业水平等级考试
可能换考场,千万别走错

烟台一高中连续七年提供“营养餐”

限时特惠

江铃国五经典特顺厂家价格直降到底 首付1万元起

包牌开回家买贵补差价 少量存货 一台也是批发价

任意车型 均可高价置换
推荐

数量有限 先到先得

江铃汽车 山东江铃全顺汽车销售服务有限公司 地址:济南市市中区二环南路8355号 福特专营:87964833 匡山分公司:85668678 章丘店:83259706 济阳店:81170202 商河店:84800798 平阴店:13361035986

江铃福特轻客家族

国五车型限量抢购

0531-87964833 地址:济南市市中区二环南路8355号

8.98元起

江铃福特城意大礼包,至高享1.2万

新世代全顺 家用12280元 商用16600元 江铃特顺 18600元

轻客家族 礼动希望

江铃福特城意大礼包,至高享1.2万

江铃汽车 山东江铃全顺汽车销售服务有限公司 地址:济南市市中区二环南路8355号 福特专营:87964833 匡山分公司:85668678 章丘店:83259706 济阳店:81170202 商河店:84800798 平阴店:13361035986